

高齢者の外出状況と

社会関係に関する調査

(結果のお知らせ)

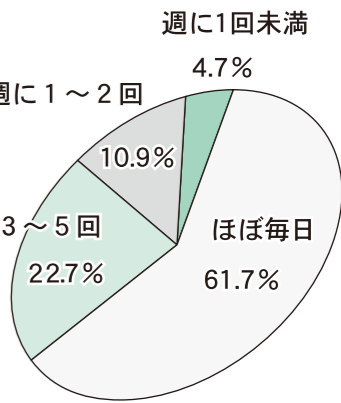


この調査は、高齢者の外出状況や社会関係の実情を把握し、市民の皆さんの健康寿命(日常生活をいきいきと自立して過ごすことのできる期間)を延伸するための施策を立案、実施することを目的に、平成23年10月11月の期間に、市と秋田大学が協働で実施したものです。

65歳から84歳までの、要介護認定を受けていない6,074人を対象にアンケート用紙を配布し、5,598人(回収率92.2%)の回答がありました。集計結果を簡略にまとめてお知らせします。

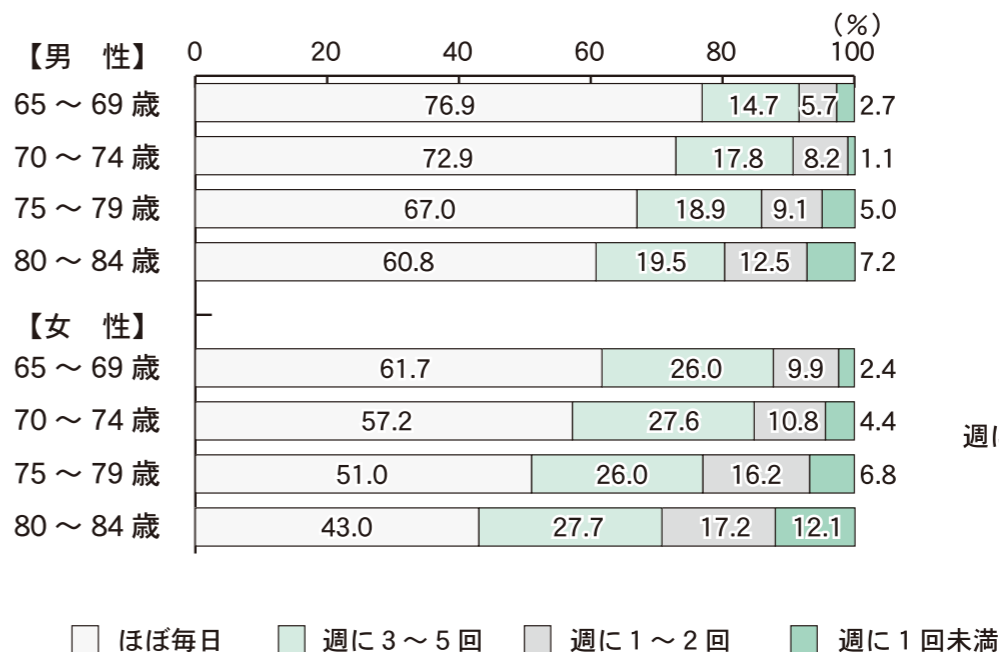
なお、今回は年齢・性別・外出に欠損がなく、移動・排泄・入浴・食事の介護不要と回答した5,063人について報告します。

外出頻度と閉じこもり状況



結果 1

最近1カ月間であなたは、どれくらい外出しましたか。(外出とは外に出ることを指し隣近所に行く、買い物、通院などを含みます)



外出の頻度は、「ほぼ毎日」が61.7%で最も多く、「週に3~5回」22.7%、「週に1~2回」10.9%、「週に1回未満」4.7%という結果でした(結果1)。

ご自身で外出できる高齢者のうち、239人(4.7%)が「閉じこもり状態(週に1回未満)」、553人(10.9%)が「閉じこもり傾向(週に1~2回)」という結果になります。

閉じこもりの特徴

年齢が高いほど、また男性よりも女性で「閉じこもり」の割合が高い傾向にあります。

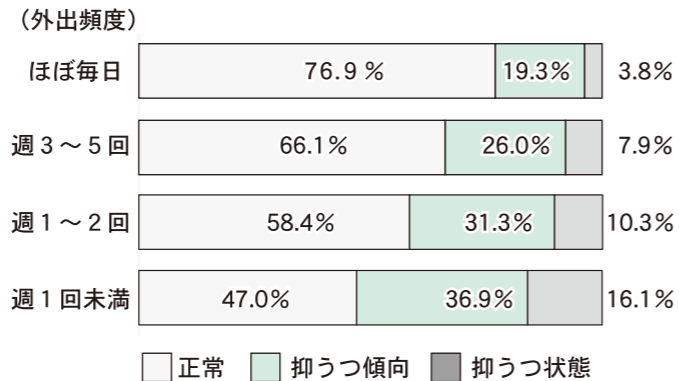
この調査では、15の質問を点数化(0~15点)し、高齢者の抑うつ傾向について判定しました。

全体では「抑うつ状態」の高齢者が242人(4.8%)、「抑うつ傾向」932人(18.4%)という結果となりました。

これを外出頻度別にみると、外出の頻度が低下している「閉じこもり」の人ほど、「抑うつ

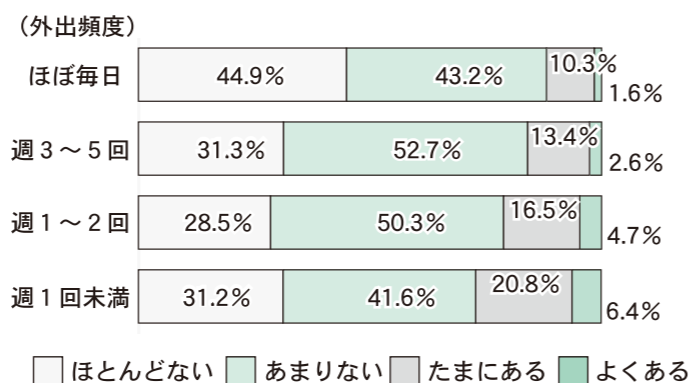
結果 2

外出頻度別にみた抑うつ傾向・抑うつ状態の割合 ※15の質問を点数化し判定しています。



結果 4

外出頻度と地域における孤立感との関連 (あなたは地域から孤立していると感じることがありますか)



傾向」や「抑うつ状態」の割合が高いことが特徴です。(結果2)

また、「閉じこもり」の人は、外出している人と比べて、普段自分で健康だと思わない、他の人や社会に役立っていると思わない(結果3)、地域から孤立していると感じている(結果4)、友人・知人とあまり会わない、地域づきあいは大切だとは思わない、困ったことや悩み事があると相談できる人がいない(結果5)などの割合が高いといった特徴がみられました。

介護予防事業およびサロン事業の参加・認識状況

外出の頻度が低下している「閉じこもり」の人ほど、介護予防教室(「お口の健康教室」や「運動機能向上教室」など)や精神保健福祉ボランティアによるコーヒースロン事業について「知らない」と答えた人の割合が高く、認識も低いことが明らかとなりました。

調査から見えてきたこと

以上の結果から、高齢者の皆さんがいきいきと自立して過ごすには、潜在的な健康課題や要介護状態となるリスクを抱える「閉じこもり」の解消が今後の重要な課題です。

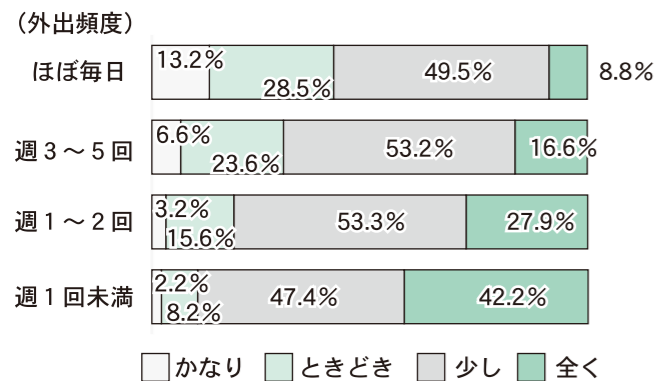
問合せ先 健康推進課

☎ 32・3000

※この調査は平成23年度科学研究費補助金基盤研究B「介護予防ハイリスク者に対する包括的介護予防プログラムの開発と検証」(代表安村誠司)の一環として実施しました。

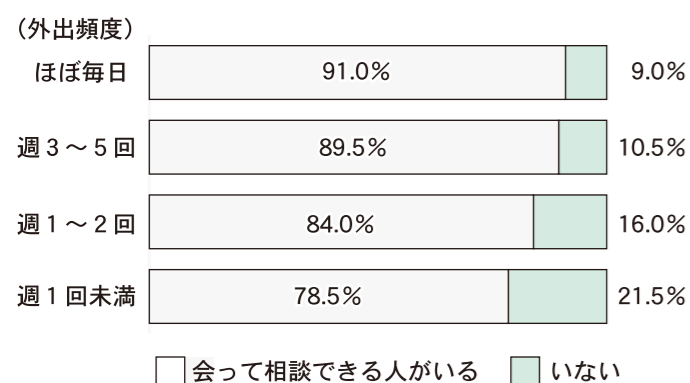
結果 3

外出頻度と役割感との関連 (現在、あなたはどれくらい他の人や社会に役立っていると思いますか)



結果 5

外出頻度と相談できる人との関連 (あなたは困ったことや悩み事があると相談できる人がいますか)



自立して外出することができなくなると、外出の頻度が低下している「閉じこもり」高齢者は、社会との繋がりが弱く、いざというときのサポートが脆弱であることや、精神保健におけるリスクが高いことがわかります。

